



2016 Boletín de Padres para agosto del 2016

www.arkansased.gov/divisions/communications/my-childmy-student

Establecer una rutina para prepararse para el regreso a la escuela

El Nuevo año escolar se acerca rápidamente. Como padre, usted está haciendo listas de lo que tendrá que estar preparado para el primer día de clases para su hijo, pero ¿ha pensado en lo que será su rutina de regreso a la escuela?

Establecer una rutina no sólo ayuda a todos a prepararse, sino que también establece un tono positivo para el día. Considere el tiempo requerido para llegar a la escuela. También determine cuánto tiempo se requerirá su hijo para vestirse y prepararse para el día. Para prepararse, usted puede crear un gráfico que muestre la rutina de madrugada y que contenga el horario. Crear este gráfico es una actividad divertida y creativa que puede llevarse a cabo con su hijo, ya que le ayuda a establecer las expectativas para cada día. Sitios como Pinterest tienen buenos ejemplos de estos gráficos.

Cada tarde, asegúrese de dejar el tiempo suficiente para hacer la tarea, cenar y participar en actividades extracurriculares. El establecimiento de un horario regular para dormir es una parte importante de la rutina. La edad del niño determinará cuántas horas debe dormir. El siguiente enlace es un gran recurso en la planificación de rutinas nocturnas: <http://www.webmd.com/parenting/raising-fit-kids/recharge/bedtime-routine-tips>.

Es importante comenzar estas rutinas al menos una semana antes del primer día de clases para que todos tengan tiempo para adaptarse y hacer cambios si es necesario.

Al pensar en la manera de establecer una rutina de regreso a la escuela para su familia, considere preguntar a la maestra de su hijo las siguientes preguntas.

- ¿Con qué frecuencia debo comunicarme con la maestra de mi hijo?
- ¿Cómo es que una rutina en casa afecta a mi hijo en la escuela?
- ¿Cuántas horas de sueño cada noche necesita mi hijo para estar preparado para la escuela?
- ¿Cómo es que leer en casa con mi hijo cada noche le ayuda en la escuela?
- ¿Cómo puede nuestro horario de mañana ayudar a mi hijo a aprender?

Seguridad en el autobús escolar

Muchos niños viajan a la escuela en el autobús cada día. La seguridad del autobús escolar es responsabilidad de todos, aun de los que no tienen niños que viajen por autobús. Es ilegal pasar un autobús escolar detenido que tiene sus luces rojas intermitentes, ya que los niños están subiendo y bajando del bus en ese momento. Recuerde este dicho: Rojo intermitente, los niños delante. Para aprender más y acceder a los recursos, visite nuestra página web en: <http://www.arkansased.gov/divisions/communications/flashing%20red.%20kids%20ahead>.

Al hablar con su hijo sobre la seguridad del autobús escolar, considere las siguientes preguntas.

- ¿Cómo me aseguro que mi hijo se ponga a salvo a la parada de autobús a tiempo?
- ¿Qué le debería decir a mi hijo acerca de caminar hacia y desde la parada del autobús escolar?
- ¿Qué consejos de seguridad acerca de montar el autobús puedo compartir con mi hijo?
- ¿Cuál es el comportamiento esperado en el autobús?
- Como automovilista, ¿qué necesito saber acerca de la seguridad del autobús escolar?